

Pengaruh Breast Care Dengan Aromarapi Jasmine Essensial Oil Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu

Vina Pandwinata^{1*}, Haifa Wahyu²

¹²Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Article Info

Key words :

Breast Care, Jasmine Essential Oil, Smooth Breast Milk

Corresponding author:

Vina Pandwinata

Email:

vinapandwinata10@gmail.com

Abstract

Mother's Milk (ASI) is milk produced by the mother after giving birth to be consumed by the baby which is the main source of nutrition that cannot consume solid food. The purpose of the study was to determine the effect of breath care with aromatherapy jasmine essential oil on smooth breast milk for breastfeeding mothers in the working area of the Jembatan Kecil Health Center in Bengkulu. This research was a quantitative research with a quasi-experimental design. The study sample was 15 subjects. The result of this study is the smoothness of breast milk for breastfeeding mothers before the intervention of breast care with jasmine aromatherapy essential oil was lower in all respondents (100%), which means that all respondents in the good category. The level of smoothness of breast milk for breastfeeding mothers after breast care intervention using jasmine aromatherapy essential oil was in the smooth category of 13 respondents (86.7%) and 2 respondents in the liquid category (13.3). The results showed the effect of breast care and jasmine essential oil aromatherapy on breastfeeding mothers in the working area of the Jembatan Kecil Health Center in Bengkulu ($p = 0.000 < (0.05)$). The health center is expected to help educate breastfeeding mothers about breastfeeding.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan utama yang dikonsumsi bayi sebab belum dapat mencerna makanan padat secara sempurna. ASI tersebut memiliki kandungan nutrisi, protein, lemak, kalsium yang tinggi dan gula yang cukup dibandingkan dengan susu formula biasa. ASI ini juga mengandung probiotik yang berfungsi sebagai antibody agar dapat melindungi bayi dari berbagai macam penyakit selama ibu menyusui menyusui (Setiawandari, 2014). Menurut Kemenkes RI, (2013) pemberian ASI kepada bayi seharusnya wajib hingga bayi berusia 6 bulan dan yang paling baiknya hingga 24 bulan, sebab ASI tersebut merupakan sumber makanan bayi yang paling penting untuk pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik dan mental bayi dengan optimal serta kecerdasan yang dimilikinya juga baik. Setia, (2014) menambahkan

untuk saat ini pemberian ASI kepada bayi tergolong rendah sebab banyak ibu yang menggantikannya dengan susu formula biasa yang disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya seperti produksi ASI yang kurang.

World Health Organization (WHO) menyatakan di tahun 2017 secara global terdapat 38% bayi yang hanya disusui dengan ASI, 62% lainnya disusui dengan susu formula. Menurut *United Nations International Children's Fund (UNICEF)* dengan rendahnya angka pemberian ASI kepada bayi juga dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu terhadap pentingnya pemberian ASI terhadap bayi hingga 24 bulan terhadap pertumbuhan dan perkembangannya (Tuti, 2018).

Kementerian Kesehatan RI, (2017) melaporkan bahwa 98% wanita Indonesia menyusui anaknya, tetapi hanya 42% yang memberikan ASI eksklusif hingga bayi berusia 6 bulan. Target pencapaian angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2015 adalah 39%, sedangkan menurut hasil Studi Kesehatan dan Kulit Indonesia (SDKI) pada tahun 2017, angka pemberian ASI eksklusif pada bayi mencapai 35,73% hingga usia 6 bulan.

Risikesdes, (2018) melaporkan tingkat pemberian ASI sebesar 37,3% pada bayi usia 0-5 bulan di Indonesia. Hal ini disebabkan karena adanya dukungan dari pemerintah dalam melakukan edukasi terhadap pentingnya pemberian ASI pada bayi, sehingga dicetuskanlah PP No. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, (2019) melaporkan tingkat pemberian ASI pada tahun 2018 adalah 151 (68,9%) dan pemberian ASI eksklusif bervariasi dari Puskesmas ke Puskesmas. Cakupan ASI eksklusif tertinggi di Puskesmas Jembatan Kecil adalah 75,20 sedangkan Puskesmas Lingkar Timur memiliki cakupan ASI terendah yaitu 62,34%. Data Puskesmas Sukamerindu menunjukkan 661 bayi mendapat ASI eksklusif.

Keluhan produksi ASI yang kurang merupakan masalah dengan frekuensi 11-54%. Ketika produksi ASI tidak mencukupi, banyak ibu dengan cepat memberi makan-makanan pra-laktasi seperti susu sapi, madu, air kelapa, pisang dan air nasi. Makanan pra-laktasi ini mengurangi jumlah sesi menyusui eksklusif. Berdasarkan data yang didapatkan secara global pada tahun 2012 terdapat 39% anak 0-6 bulan mendapatkan ASI eksklusif, sedangkan di Indonesia pada tahun 2013 terdapat 54,3% bayi 0-6 tahun mendapatkan ASI eksklusif. (Risikesdas, 2013).

Banyak sekali faktor-faktor yang dapat mempengaruhi ibu dalam memproduksi ASI seperti program diet, penggunaan kontrasepsi, perawatan payudara dan pola istirahat. Selain berbagai faktor yang disebutkan di atas, faktor fisiologis (hormon) dan faktor ketenangan serta stabilitas ikut berperan. Sehingga untuk mengatasi hal tersebut, ada berbagai cara yang dapat dilakukan untuk memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui salah satunya dengan menghirup aromaterapi (Riksani, 2012).

Aromaterapi merupakan minyak esensial yang dihasilkan dari minyak atsiri yang diekstrak dari berbagai jenis tumbuhan misalnya seperti bunga melati. Aroma dari minyak tersebut akan ditangkap oleh indera penciuman dan akan diteruskan ke hipotalamus untuk memerintahkan ke seluruh tubuh. Setelah itu neurokimia yang telah dihirup tadi akan menghasilkan perasaan senang, rileks, tenang dan gembira. Aromaterapi ini biasanya digunakan seseorang untuk menciptakan suasana yang baik terhadap mental agar terhindari dari depresi (Wahyu *et al.*, 2019).

Bunga melati merupakan salah satu jenis tumbuhan yang biasa digunakan untuk produksi aromaterapi yang menciptakan aroma rileks bagi yang menghirupnya. Bunga ini juga merupakan salah satu yang dapat memberikan peredaan terhadap rasa nyeri pasca persalinan. Selain itu aroma bunga melati juga populer digunakan untuk produk apa pun di Indonesia serta aromanya juga tidak menghasilkan efek berbahaya terhadap ibu yang sedang mengandung dan janinnya (Wahyu *et al.*, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Hayati, (2020) menunjukkan bahwa menghirup aromaterapi lavender memberikan manfaat yang begitu baik terhadap hipotalamus yang

memberikan efek relaksasi pada ibu menyusui. Selain itu, dengan relaksasi tersebut hipotalamus akan lebih banyak menghasilkan hormon oksitosin yang bermanfaat untuk menghasilkan ASI lebih banyak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilawati, (2018) yang menunjukkan bahwa aromaterapi mawar juga dapat digunakan untuk memberikan efek relaksasi pada ibu setelah melahirkan dan juga dapat menghasilkan ASI lebih banyak.

Berdasarkan penjabaran yang telah diuraikan, sehingga tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh *Breat Care* dengan aromarapi *Jasmine Essensial Oil* terhadap kelancaran asi pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-experimental'*. Populasi penelitian adalah seluruh ibu menyusui sampai dengan 61 orang di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Bengkulu dengan jumlah sampel 15 subjek per kelompok. Analisis data untuk pendekatan fenomenologis menggunakan proses pengkodean yang sistematis. Data yang telah didapatkan akan dianalisis secara univariat dan bivariat.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia responden di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu

Kategori	Usia Responden (Tahun)
Minimal	25
Maksimal	35

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan usia responden minimal 25 tahun dan maksimal 35 tahun.

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan responden di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu

Tingkat Pendidikan	F	%
SMA	7	46,7
S1	8	53,3
Total	15	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan tingkat pendidikan responden paling banyak S1 sejumlah 8 orang (53,3%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi pekerjaan responden di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu

Pekerjaan	F	%
PNS	6	40
Wiraswasta	4	26,7
Petani	5	33,3
Total	15	100

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan pekerjaan responden paling banyak PNS sejumlah 6 orang (40%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi nilai kelancaran pengeluaran asi sebelum pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essensial oil*

Kelancaran ASI	F	%
Kurang Lancar	15	100
Total	15	100

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan nilai kelancaran pengeluaran ASI sebelum pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essensial oil* dengan produksi kurang lancar sejumlah 15 orang (100%).

Tabel 5. Distribusi frekuensi nilai kelancaran pengeluaran asi sesudah pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essensial oil*

Kelancaran ASI	F	%
Lancar	13	86,7
Kurang Lancar	2	13,3
Total	15	100

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan nilai kelancaran pengeluaran ASI sesudah pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essensial oil* paling banyak dengan produksi lancar sejumlah 13 orang (86,7%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian tingkat kelancaran pengeluaran ASI sebelum pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essensial oil* dengan produksi kurang lancar sejumlah 15 orang (100%). Menurut Ambarwati, (2012) setelah ibu mengalami pasca persalinan secara sesar akan terkendala dalam produksi ASI yang dipengaruhi oleh hormone prolaksin dan hormone oksitosin, terlebih lagi bayi yang kurang dapat menghisap dengan reflex. Produksi ASI pada ibu yang kurang lancar juga dapat dipengaruhi beberapa faktor seperti pola makan, stress, kondisi fisik, sosial budaya, persepsi tentang menyusui, kurangnya informasi tentang menyusui, dan kondisi payudara dan puting.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat menyusui yang hampir universal pada ibu menyusui setelah intervensi perawatan payudara menggunakan minyak atsiri melati dalam aromaterapi berada pada kategori ringan, bahkan telah ditemukan 13 responden (86,7%). Perawatan payudara adalah perawatan payudara yang dilakukan untuk mempermudah menyusui dan menghindari masalah selama menyusui dengan pijat. Menyusui merupakan pendekatan yang melibatkan perawatan khusus dengan merangsang otot dada ibu dengan pijatan atau massage, yang diharapkan dapat merangsang kelenjar susu untuk memproduksi ASI (Wahyu *et al.*, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya, (2020) untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dapat dilakukan dengan pemberian aromaterapi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang didapatkan pada penelitian ini yang menunjukkan bahwa tingkat kelancaran pengeluaran ASI sesudah pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essensial oil* pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu paling banyak dengan produksi lancar sejumlah 13 orang (86,7%). Hasil Uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan *breast care* dan aromaterapi *jasmine essensial oil* terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu dengan nilai ($P = 0,000 < (0,05)$). Hal ini disebabkan karena aromaterapi yang dihasilkan dari bunga melati ini dapat menimbulkan relaksasi dan perasaan senang sehingga produksi ASI pada ibu juga meningkat.

Hal ini didukung oleh penelitian Wulan, (2016) dengan dilakukannya *breast care* pada ibu yang mengalami *post partum* (nifas) di RSUD Deli Serdang Sumut dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu, ini dibuktikan sebelum dilakukan *breast care* paling banyak 16 responden yang mengalami peningkatan produksi ASI, sedangkan sesudah dilakukan *breast care* paling banyak 18 responden yang mengalami peningkatan produksi ASI. Berdasarkan *uji paired T-test* didapatkan hasil adanya pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI pada ibu yang mengalami *post partum* (nifas) sebelum dan sesudah *breast care* dengan *p-value* $0,02 < 0,05$.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih, (2019) pada ibu nifas dan bayi di RSUP PKU Muhammadiyah Delanggu dan pada ibu nifas itu sendiri, endorphen massage untuk lubrikasi ASI dan *breast care massage*, penelitian ini melibatkan 20 pasien. kelainan kelenjar susu. Rata-rata keteraturan produksi ASI pada wanita primipara setelah melahirkan dalam 24 jam pertama. Persalinan juga mempengaruhi kelancaran pemberian ASI, namun akibat pijat perawatan payudara, 0 ibu (100%) tidak merasakan kelancaran sebelum perawatan.

Menurut Wahyu *et al.*, (2019) *breast care* dapat dilakukan pada ibu menyusui agar dapat merangsang hormone prolactin dan hormone oksitosin agar dapat memproduksi ASI lebih banyak. Akan tetapi ibu juga wajib terhadap beberapa pemeriksaan seperti pendeteksian kelainan yang terjadi pada puting susu serta menjaga kebersihan payudara khususnya pada bagian puting agar tidak terjadinya infeksi sehingga bayi dapat menyusui dengan baik. Pemberian aromaterapi juga dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, Aroma dari minyak tersebut akan ditangkap oleh indera penciuman dan akan diteruskan ke hipotalamus untuk memerintahkan ke seluruh tubuh. Setelah itu neurokimia yang telah dihirup tadi akan menghasilkan perasaan senang, rileks, tenang dan gembira. Aromaterapi ini biasanya digunakan seseorang untuk menciptakan suasana yang baik terhadap mental agar terhindari dari depresi.

SIMPULAN

Tingkat kelancaran pengeluaran ASI sebelum pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essential oil* dengan produksi kurang lancar untuk semua responden. Tingkat kelancaran pengeluaran ASI sesudah pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essential oil* paling banyak dengan produksi lancar hamper pada seluruh responden (13 orang), Pemberian *breast care* dengan aroma terapi *jasmine essential oil* memberikan pengaruh yang nyata pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu dengan *p-value* $0,000 < 0,05$.

REFERENSI

- Dewi.A.D.C.2019. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi*:palembang
- Hayati.L,Hernandia D, Sri W.2020. *Pengaruh Aromatherapy Lavender dan Breastcare (Perawatan Payudara) Terhadap Produksi Asi Ibu Postpartum Di Rsi Sultan Agung Semarang*. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- Kemendes, RI (2013). *Asi Eksklusif*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2013. Jakarta
- Riskesdas. 2013. *Rencana Kerja Pembinaan Gizi Masyarakat Tahun 2013*. Direktorat Bina Gizi Kemendes R.I: Jakarta
- Setia.W.2014. *Perbedaan Pengaruh Teknik Marmet Dengan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Ibi Surabaya*.Surakarta :Universitas Sebelas Maret Surakarta.

- Susilawati.F, Abdul H.2018. *Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Rose Dan Akupresur Pada Ibu Menyusui Pasca Saesar Caesarea Terhadap Kecukupan Asi Pada Bayi*. Jurnal Keperawatan, Volume XIV, No. 1.Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang.
- Tuti,Melyana.N.W.2018. *Literatur Review : Pijat Oksitosin Dan Aroma Terapi Lavender Meningkatkan Produksi Asi*. Jurnal Kebidanan Vol. 8 No. 1
- Wahyu.H,Liza.F.L. 2019. *Terapi Kompres Hangat dengan Aroma Jasmine Essential Oil Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea*. bengkulu: Journal of Telenursing (JOTING) Volume 1, Nomor 2